

МБДОУ

«Детский сад № 97 комбинированного вида»

Меню на

14 марта

Завтрак

выход блюд (гр.)

Ясли

Сад

Сад 10

Калорийность

Ясли

Сад

Сад 10

Чашка молочная	150	200	150	176,2	223,3	176,2
«Несердечный»	30	45	30	66	110	66
С мясной	5	7	5	33,1	46,3	33,1
Чашка с мясной	150	200	150	94,5	126,1	94,5
Итого:				369,7	515,3	369,7
ИТОГО СУММА:				34,44	46,26	34,05

Обед

Секельник	150	200	150	62,3	82,1	62,3
с овощной	7	8	7	6,4	8,8	6,4
курица в суп	6	6	6	32,3	32,3	32,3
пюре по	150	200	150	177,9	375,3	177,9
домашнему	40	50	40	88	110	88
хлеб	30	50	30	66	110	66
напиток	150	200	150	49,1	65,5	49,1
Итого:				482,1	783,9	482,1
ИТОГО СУММА:				53,78	69,31	53,75

«Уплотненный» полдник с включением блюд ужина

Омлет с сыром	95	130	95	175,9	241,9	175,9
Творожок с	60	100	60	156,5	160,2	156,5
копченостей	150	200	150	78,2	105,8	78,2
Чай с мятой						
Итого:				410,6	583,1	410,6
ИТОГО СУММА:				50,67	70,19	55,11
ИТОГО СУММА ЗА ДЕНЬ				138,90	185,77	142,91

заведующий

И.А.Никифорова

калькулятор

Г.И.Черноскутова